

## تشخيص اضطرابات القلق

تتضمن اضطرابات القلق - كما أسلفنا - الاضطرابات التالية: اضطراب الهلع من دون رُهاب الخلاء، واضطراب الهلع مع رُهاب الخلاء، ورُهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع، والرُهاب النوعي، والرُهاب الاجتماعي، والاضطراب الوسواسي - القهري، واضطراب الضغوط التالية للصدمة، واضطراب الضغوط الحاد، واضطراب القلق المعمم، واضطراب القلق الذي يعزى إلى حالة طبية عامة، واضطراب القلق الناتج عن العقاقير أو المخدرات، واضطراب القلق غير محدد النوعية. ويلاحظ أنه لما كانت نوبات الهلع ورهاب الخلاء تحدث في سياق عديد من هذه الاضطرابات، فإنه روعي هنا تناول محكات (نوبة الهلع) و(رُهاب الخلاء) على حدة في بداية تشخيص اضطراب القلق (1).

### نوبة الهلع

#### Panic Attack

المعالم التشخيصية :

نفرد محكات نوبة الهلع على حدة في هذا المجلد، لأن نوبات الهلع تحدث في سياق اضطرابات مختلفة عديدة للقلق.

تتحدد المعالم الأساسية لنوبة الهلع بوجود فترة منفصلة مميزة من الخوف أو عدم الارتياح الشديد، مصحوبا بأربعة أعراض على الأقل من بين ثلاثة عشر عرضا من الأعراض الجسمية أو المعرفية. وتتصف النوبة بأنها ذات بداية مفاجئة، وتتطور بسرعة إلى أقصى حد لها ( عادة في غضون عشر دقائق أو أقل )، وغالبا ما تكون مصحوبة بإحساس بخطر محقق أو بالقدر المشؤوم الوشيك، وبحافز قوي للهروب. وتتضمن الأعراض الجسمية أو المعرفية مجموعة الأعراض التالية: خفقان القلب بسرعة وشدة Palpitations، والتعرق أو تصيب العرق Sweating، والارتعاش أو الارتجاف Trembling/Shaking، والإحساس بقصر التنفس أو خموده Shortness of breath/smothering، والشعور بالاختناق Feeling of choking، وآلام أو تنغيص في الصدر Chest pain/Discomfort، والغثيان أو ارتباك في المعدة Nausea/Abdominal distress، والدوار أو الدوخة Dizziness، واختلال الإحساس بالواقع Derealization أو اختلال

الإنية Depersonalization، والخوف من فقدان القدرة على ضبط النفس أو من (الإصابة بالجنون)، والخوف من الموت، والتشوش الحسي Paresthesias، والإحساس بالقشعريرة Chills أو بالاحترار Hot flushes. أما النوبات التي تستوفي كل المحكات الأخرى ولكنها تكون أقل من أربعة أعراض من تلك الأعراض الجسمية أو المعرفية، فتعرف بالنوبات محدودة الأعراض Limited - symptom attacks.

ويلاحظ أن الأفراد الذين يبحثون عن رعاية نتيجة لما ينتابهم من نوبات هلع غير متوقعة، عادة ما يصفون الخوف على أنه شديد وكثيف، ويقررون أنهم يعتقدون أنهم على وشك الموت، أو أنهم سوف يفقدون صوابهم، أو أنهم سوف يصابون بأزمة قلبية أو بسكتة دماغية، أو بالجنون. وعادة ما يقررون كذلك أنهم تتملكهم رغبة قوية في الهرب من المكان الذي قد تحدث فيه النوبة. ومع حدوث نوبات متكررة، فقد تنحسر حدة الخوف الشديد. ويعتبر قصر التنفس عرضا عاما في نوبات الهلع المرتبطة (باضطراب الهلع مع رهاب الخلاء) أو (اضطراب الهلع من دون رهاب الخلاء). كما يعتبر احمرار الوجه عرضا عاما في نوبات الهلع المحتومة موقفيا والمرتبطة بالقلق الاجتماعي Social anxiety أو قلق الأداء Performance anxiety. ويمكن تمييز القلق الواسم لنوبة الهلع عن القلق المعمم بواسطة طبيعته المتقطعة، وحدثه المفاجئ غالبا، وشدته المتزايدة.

ويمكن أن تحدث نوبات الهلع في عديد من (اضطرابات القلق) (مثل: اضطراب الهلع، والرهاب الاجتماعي، والرهاب النوعي، واضطراب الضغوط التالية للصدمة، واضطراب الضغوط الحاد). ومن الأهمية بمكان، لتحديد الدلالة التشخيصية الفارقة Differential diagnostic significance لنوبة الهلع، أن نضع في الاعتبار ذلك السياق الذي تحدث فيه نوبة الهلع.

ويحدد الخبراء ثلاثة أنماط مميزة لنوبات الهلع في إطار العلاقات المختلفة بين بداية النوبة ووجود (أو عدم وجود) منبهات موقفية تفجرها. وهذه الأنماط هي:

1 - نوبات الهلع غير المتوقعة (نوبات من دون إلماعات) Unexpected (uncued) Panic attacks:

وفيها تكون بداية نوبة الهلع غير مرتبطة بمنبهات موقفية، أي إنها تحدث تلقائيا (على نحو غير متوقع).

2 - نوبات الهلع المحتومة موقفيا (نوبات تفجرها إلماعات موقفية) Situationally bound (cued) Panic Attacks:

وفيها تحدث نوبة الهلع غالبا بطريقة ثابتة على الفور عند التعرض لإلماعات أو منبهات

### 3 - نوبات الهلع المهيأة موقفياً : Situationally predisposed Panic Attacks

ويعتبر حدوث نوبات الهلع غير المتوقعة شرطا ضروريا لتشخيص (اضطراب الهلع) (مع أو من دون رهاب الخلاء). وغالبا ما تعتبر نوبات الهلع المحتمومة موقفيا خاصة واسمة للرهاب الاجتماعي والرهاب النوعي. أما نوبات الهلع المهيأة موقفيا، فتشيع خاصة في اضطراب الهلع ولكنها قد تحدث في بعض الأوقات في الرهاب النوعي أو الرهاب الاجتماعي. ويلقى التشخيص الفارق لنوبات الهلع تعقيدا ارتباطا بالحقيقة التي تقرر بأنه لا توجد دائما علاقة خالصة بين التشخيص ونمط نوبة الهلع. فعلى سبيل المثال، على الرغم من أن اضطراب الهلع يتطلب تحديدا أن تكون على الأقل بعض نوبات الهلع غير متوقعة، فإنه كثيرا ما يقرر الأفراد الذين يعانون اضطراب الهلع أنهم يتعرضون لنوبات هلع محتومة موقفيا، وخاصة في مرحلة متأخرة من تطور الاضطراب. وسوف نتناول القضايا التشخيصية الخاصة بحالات نوبات الهلع المحتمومة موقفيا في الأقسام الخاصة بالتشخيص الفارق للاضطرابات المعنية التي قد تظهر فيها نوبات هلع.

ملحوظة : لا يتم وضع رمز شفري لنوبة الهلع، لأن نوبة الهلع ليست اضطرابا في حد ذاتها وبالتالي لا يوجد لها رمز شفري. ولكن يسجل الرمز الشفري للتشخيص النوعي الذي تحدث فيه نوبة الهلع.(مثال ذلك: اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء 30.03 Panic Disorder With Agoraphobia 21. . . . .)

تتحدد نوبة الهلع بأنها فترة منفصلة مميزة من الخوف أو التنغيص الشديد والكثيف، تتطور أثناءها أربعة (أو أكثر) من الأعراض التالية وذلك بسرعة فائقة وعلى نحو مفاجئ، وتصل إلى ذروتها في غضون عشر دقائق :

- (1) خفقان القلب بشدة، أو سرعة ضربات القلب.
- (2) التعرق (تصبب العرق) .
- (3) الارتعاش أو الارتجاف.
- (4) الإحساس بقصر التنفس أو خموده.
- (5) الشعور بالاختناق.
- (6) آلام أو تنغيص في الصدر.
- (7) الغثيان أو الارتباك في المعدة.
- (8) الشعور بالدوار أو الإغماء أو الدوخة أو عدم الاتزان.
- (9) اختلال الإحساس بالواقع (مشاعر فقدان الواقعية)، أو اختلال الإنية.
- (10) الخوف من فقدان القدرة على ضبط النفس أو من الإصابة بالجنون.
- (11) الخوف من الموت.
- (21) التشوش الحسي (تخدر الإحساسات أو تعطيلها).
- (31) الإحساس بالقشعريرة أو الاحترار.

## رهاب الخلاء

### Agoraphobia

#### المعالم التشخيصية :

نفرد محكات (رهاب الخلاء) على حدة، لأن (رُهاب الخلاء) يحدث في سياق (اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء) Panic Disorder With Agoraphobia و(رُهاب الخلاء من دون تاريخ سابق من اضطراب الهلع) Agoraphobia Without History of Panic Disorder.

تبدو المعالم الأساسية لرهاب الخلاء في القلق من وجود الفرد في أماكن أو مواقف قد يكون الهرب منها صعبا (أو مربكا)، أو قد يكون الحصول على مساعدة فيها غير متيسر في حالة

حدوث نوبة هلع أو أعراض شبيهة بالهلع (مثل الخوف من أن تتنابه نوبة مفاجئة من الدوار أو نوبة مفاجئة من الإسهال). (المحك (أ)). ويؤدي القلق تحديداً إلى إحجام شامل عن عديد من المواقف التي قد تتضمن وجود الفرد وحده خارج المنزل أو وجوده وحده داخل المنزل، أو وجوده في منطقة مزدحمة بالناس، أو السفر بالسيارة أو الباص أو الطائرة، أو وجوده على جسر أو داخل مصعد. وقد تتأذى لبعض الأفراد قدرة على تعريض أنفسهم لمواقف يخافون منها، ولكنهم يتحملون هذه الخبرات بفزع كبير. وغالبا ما يكون الفرد أكثر قدرة على مواجهة موقف يهابه، وذلك حينما يكون بصحبة آخرين من رفاقه (المحك (ب)). وقد يؤدي إحجام الأفراد عن المواقف إلى تعويق قدرتهم على السفر أو الانتقال من أجل العمل أو القيام بالمسؤوليات الأسرية (مثل شراء الاحتياجات المنزلية، أو أخذ الأطفال إلى الطبيب). ولا يفضل إدراج القلق أو الإحجام الرهابي في تشخيص اضطراب نفسي آخر (المحك (د)). وربما لا يكون من السهل تحديد التشخيص الفارق الذي يميز (رهاب الخلاء) عن (الرهاب الاجتماعي) و (الرهاب النوعي) وعن (اضطراب قلق الانفصال) الشديد، لأن كل هذه الحالات تتصف بالإحجام عن مواقف معينة. وسوف نتناول القضايا التشخيصية الخاصة بالحالات المحتومة موقفياً في الأقسام الخاصة بالتشخيص الفارق للاضطرابات التي يعد فيها السلوك الإحجامي من المعالم الأساسية أو الملازمة.

ملحوظة : لا يتم وضع رمز شفري لرهاب الخلاء، لأن رهاب الخلاء ليس اضطراباً في حد ذاته وبالتالي لا يوجد له رمز شفري. ولكن يسجل الرمز الشفري للاضطراب النوعي الذي يحدث فيه رهاب الخلاء. (مثال ذلك: اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء 31.20 Panic Disorder With Agoraphobia أو رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع 31.21 Agoraphobia Without History of Panic Disorder).

أ - القلق من وجود الفرد في أماكن أو مواقف قد يكون الهرب فيها صعباً (أو مربكاً)، أو قد يكون الحصول على مساعدة فيها غير متيسر في حالة حدوث نوبة هلع أو أعراض شبيهة بالهلع غير متوقعة أو مهيأة موقفياً. وتشمل مخاوف رهاب الخلاء Agoraphobic fears تحديداً مجموعات مميزة من المواقف التي تتضمن وجود الفرد خارج المنزل وحده، أو في أماكن مزدحمة أو واقفاً في طابور، أو وجوده على جسر، أو سفره في الحافلة (الباص) أو القطار أو السيارة.

ملحوظة : يوضع في الاعتبار تشخيص (الرهاب النوعي) إذا كان الإحجام قاصراً على موقف نوعي واحد أو على مواقف نوعية قليلة فقط، أو تشخيص (الرهاب الاجتماعي) إذا

كان الإحجام قاصرا على المواقف الاجتماعية.

ب - إن هذه المواقف يحجم عنها الفرد ( كأن يحد الفرد، مثلا، من سفره)، أو أن يتحملها بضيق ملحوظ أو بقلق إزاء ما قد تنتابه من نوبة هلع أو من أعراض شبيهة بالهلع، أو تتطلب وجود صحبة من رفاقه معه في هذه المواقف.

ح - إن القلق أو الإحجام الرهابي لا يفضل إدراجهما في تشخيص اضطراب نفسي آخر، مثل (الرهاب الاجتماعي) (على سبيل المثال، يكون الإحجام محدودا بمواقف اجتماعية بسبب الخوف من الارتباك فيها)، و (الرهاب النوعي) ( على سبيل المثال، يكون الإحجام قاصرا على موقف واحد مثل المصاعد الكهربائية)، و (اضطراب الوسواس - القهري) (على سبيل المثال، الابتعاد عن شخص ما مع وجود وساوس تتعلق بالخوف من العدوى)، و (اضطراب الضغوط التالية للصدمة) (على سبيل المثال، يكون الإحجام عن المنبهات مرتبطا بحدث ضاغط شديد)، أو (اضطراب قلق الانفصال) (مثال ذلك، الإحجام عن ترك المنزل أو الأقارب).